

# „Lernen lernen“ - leicht gemacht!

## 1. Dein Arbeitsplatz



Räume alles vom Schreibtisch  
weg, was nicht hingehört.  
So vermeidest du  
Ablenkung  
und stärkst deine  
Konzentration.

Dein Schlüsselwort heißt:

**T** = Tür (für frische Luft)

**O** = Ordnung im Zimmer und am Tisch

**P** = Platz aufgeräumt

**F** = Frischluft/Fenster zum Lüften

**I** = Ideenecke (Sofa)

**T** = Trinken, Obst



## 2. Deine Lernzeit

Wenn du dir deine Zeit richtig einteilst, kannst du erfolgreicher lernen.



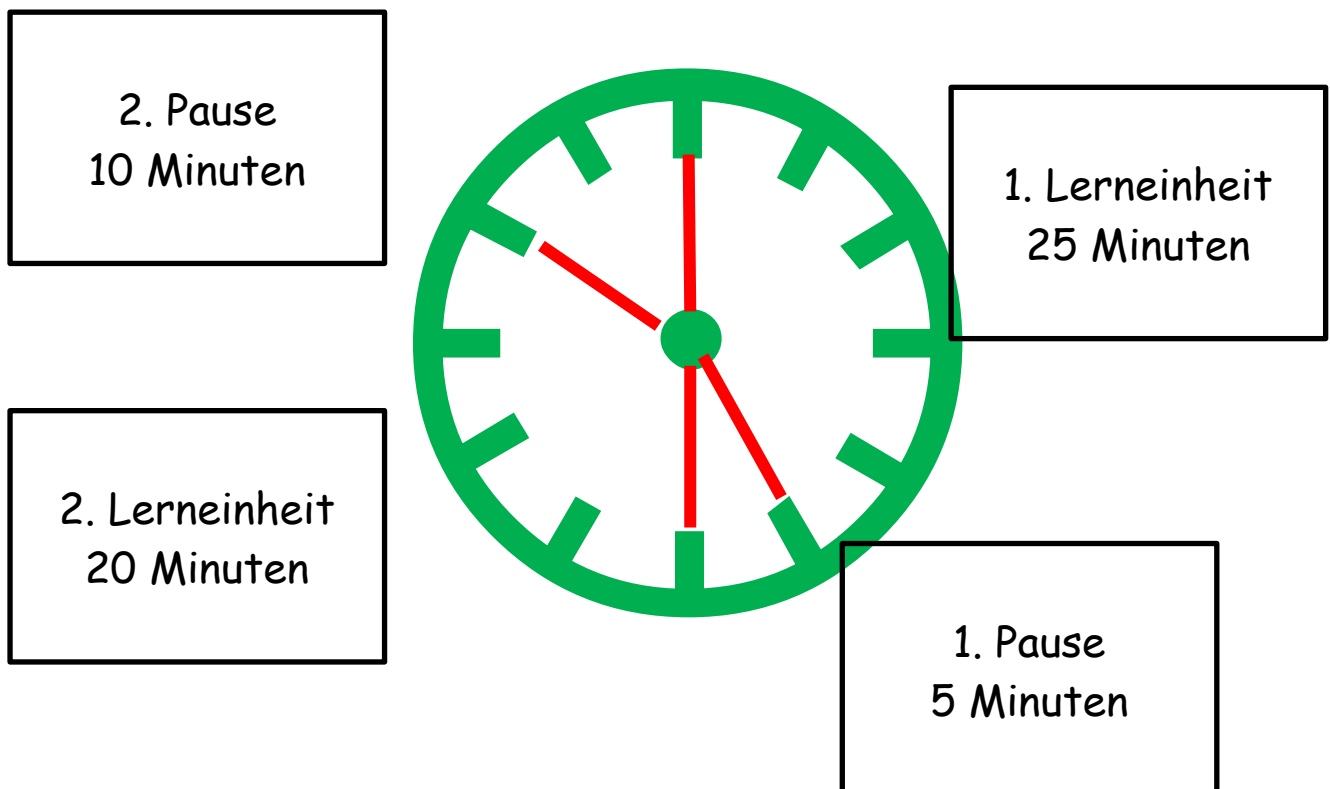
### **Ein voller Bauch studiert nicht gern!**

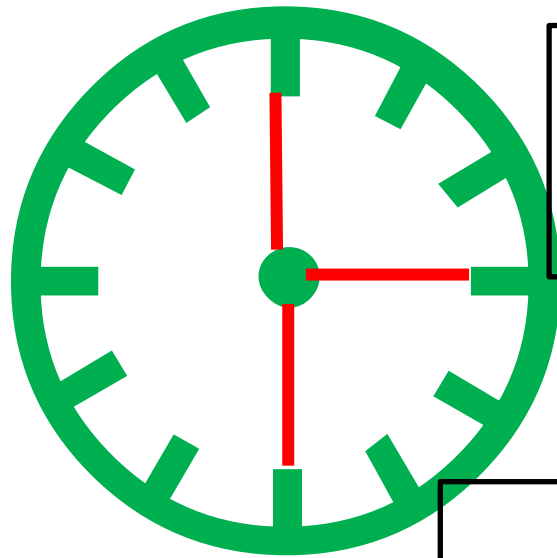
Nach dem Mittagessen sinkt die Leistung, weil der Körper jetzt Energie braucht um das Essen zu verdauen. Darum solltest du jetzt erst mal eine größere Pause machen.

### Für das Hausaufgaben machen gibt es vier Regeln:

1. Mache dir einen Zeitplan!
2. Erledige eine leichte Hausaufgabe zuerst! (wie beim Sport zum Aufwärmen)!
3. Mache Ähnliches nicht hintereinander, sondern wechsele ab:  
schriftlich < ----- > mündlich  
Deutsch < ----- > Mathematik
4. Baue Pausen ein!

## 3. Deine Leicht-Lernuhr





3. Lerneinheit  
15 Minuten

3. Pause  
15 Minuten

**Wenn du fertig bist:**

1. Räume alle Sachen aus deiner Schultasche aus und räume sie ein.
2. Überlege dabei, ob du auch keine Hausaufgabe vergessen hast.
3. Streiche im Hausaufgabeheft ab, was du alles erledigt hast.
3. Spitze nun alle Bleistifte, Holzfarbstifte, räume dein Mäppchen ein und stecke es in die Schultasche.